

MODOS DE VIVER: REPRESSÃO SOCIAL À VIDA SEXUAL DOS IDOSOS
FORMS OF LIVE: SOCIAL REPRESSION TO THE SEXUALITY OF ELDERLY

Luiz Emeson Pinheiro¹
Awdelly Queiroz de Souza²
Caroline Vasconcelos³
Fernanda Xavier Santiago Marinho⁴

RESUMO

No presente escrito abordar-se-á a repressão social a vida sexual dos idosos, onde os preconceitos causam dificuldades na inserção do idoso de forma integral na sociedade, onde a sexualidade dos mesmos ainda é vista como assunto jocoso ou vergonhoso. Para a realização deste artigo, um estudo bibliográfico de diversos artigos foi realizado afim de se aprofundar no tema e galgar propriedade sobre o assunto. A delimitação do tema se deu devido à escassez de literatura relacionada a gerontologia e geriatria relacionada à sexualidade, e percebendo a vitalidade de tal assunto, entendeu-se que mais produções científicas sobre o tema se faziam necessárias. A figura do idoso está fortemente associada a ideia de fragilidade, passividade, bondade e uma pureza muito semelhante ao que é apontado na infância, em que a criança é um ser isento de desejos sexuais e fonte de pureza. Tais estigmas geram preconceitos e pré-conceitos que dificultam a integração do idoso de forma regular na sociedade. Entender que a sexualidade dos idosos também é tão natural quanto a das outras pessoas e não ignorar esse tema já são ações que, a curto prazo, podem fomentar um discurso e um olhar diferentes por parte da sociedade para com os modos de ser e viver da população idosa.

Palavras-chave: Idosos; Sexualidade; Gerontologia; Preconceitos; Repressão.

ABSTRACT

In this paper, we will discuss social repression in the sexual life of the elderly, where prejudices cause difficulties in integrating the elderly in an integral way in society, where their sexuality is still seen as a jocular or shameful subject. For the accomplishment of this article, a bibliographical study of several articles was carried out in order to delve into the subject and to gain property on the subject. The delimitation of the theme was due to the scarcity of literature related to gerontology and geriatrics related to sexuality, and realizing the vitality of such subject, it was understood that more scientific productions on the subject were necessary. The figure of the elderly is strongly associated with the idea of fragility, passivity, goodness and a purity very similar to what is pointed out in childhood, in which the child is a being free of sexual desires and source of purity. Such stigmas generate prejudices and preconceptions that hinder the integration of the elderly in a regular way in society. Understanding that the sexuality of the elderly is also as natural as that of other people and not ignoring this issue are already actions that, in the short term, can foster a different discourse and a view of society towards the ways of being and living of the population.

Keywords: Elderly; Sexuality; Gerontology; Prejudices; Repression.

¹ Aluno curso de Psicologia UniAteneu

² Aluno curso de Psicologia UniAteneu

³ Professora curso de Psicologia UniAteneu

⁴ Professora curso de Psicologia UniAteneu

1 INTRODUÇÃO

No presente escrito abordar-se-á a repressão social à prática sexual dos idosos, onde os preconceitos causam dificuldades na inserção do idoso de forma integral na sociedade, onde a prática da sexualidade dos mesmos ainda é vista como assunto jocoso ou vergonhoso. Tais preconceitos são, em sua maioria, gerados por meio da associação da imagem do idoso a fragilidade, pureza e bondade angelicais, pressupondo que a vida adulta tardia põe fim aos desejos sexuais e conseqüentemente impossibilita a vivência da sexualidade.

A percepção que a sociedade tem acerca da prática sexual na terceira idade ainda transcorre nos moldes de que a pessoa quando alcança a fase da velhice deixa de ser sexual, adotando a assexualidade. O significado da sexualidade se reduz, em sua maioria, ao órgão genital e ao coito, reduzindo-o para a atividade sexual (ALENCAR et al., 2013, p. 3533).

Provenientes do machismo, alguns preconceitos afetam não só a mente das mulheres, mas também os homens. Isso ocorre principalmente pelo fato de a imagem masculina ser sempre associada à virilidade e ao sexo reprodutor de sua espécie. Nesse sentido, a imagem masculina é associada, muitas vezes, a figuras de outros animais que são ícones da virilidade e erotismo (garanhão, tigrão, etc.). Diante disso, as mudanças significativas no corpo causam insegurança para ambos os sexos, causando baixa autoestima nas mulheres devido às associações aos padrões de beleza, e nos homens por não terem a mesma virilidade de antes. Influências religiosas tem grande peso na vida da maioria dos idosos e podem ajudar ou atrapalhar o curso de seu envelhecimento, mas no que tange a prática sexual, na maioria das vezes as religiões funcionam como inibidores: a bíblia cristã tem passagens que ilustram esse fato, por exemplo:

[...] As mulheres idosas, semelhantemente, que sejam reverentes no seu viver, não caluniadoras, não dadas a muito vinho, mestras do bem, para que ensinem as mulheres novas a amarem aos seus maridos e filhos, a serem moderadas, castas, operosas donas de casa, bondosas, submissas a seus maridos, para que a palavra de Deus não seja blasfemada (A BIBLIA, Tito, 2:2-5).

A religião é forte condicionante da sexualidade. A religião católica articula a sexualidade com normatização e culpa. A consequência desta postura pode ser a repugnância ao prazer sexual, especialmente pelas mulheres (NICOLINO, 2012 apud SOUZA et al., 2015, p. 939).

A escassez de literatura relacionada à gerontologia e geriatria no quesito de prática sexual atenta-nos para o fato de que, os desejos dessas pessoas ainda não estão sendo

suficientemente considerados. O biológico é supervalorizado, enquanto a alma (aspectos psicológicos) fica sempre em segundo, terceiro ou nenhum plano.

Enquanto grande parte da humanidade continuar ignorando o peso de seus aspectos psicológicos problemas catastróficos como graves neuroses continuarão surgindo e afetando a todos, impossibilitando uma vida social plena e satisfatória. Não tão flagrantes quanto os problemas de ordem física, as perturbações psicológicas são muitas vezes silenciosas, mas isso não significa que não sejam graves, muito pelo contrário, elas não só têm uma gravidade alarmantemente mórbida quanto mortal. Os índices de suicídios e homicídios (em todas as esferas humanas) são alarmantes; as grandes guerras que vem ocorrendo durante a existência humana; tudo isso, entre outras questões são ilustrações claras e assustadoras do peso que os aspectos psicológicos humanos têm.

É tarefa da Psicologia enquanto interseccionada entre ciência humana e ciência da saúde, atentar a humanidade, tanto em sua micro quanto em sua macro esfera, sobre a importância em saber lidar com as questões pertinentes à existência humana, sobretudo aquelas que perpassam todas as fases da vida, como no caso da sexualidade. Tal tarefa é fundamental para que possamos ter uma velhice e *life-span* mais saudável, sem tantas rotulações e privações, onde temas tão vitais como sexo possam ser discutidos de forma aberta, e que a imagem de fragilidade ligada ao idoso diminua para que este possa ser visto como sujeito autônomo, que tem desejos e aspectos psicológicos como qualquer outro indivíduo.

2 METODOLOGIA

O presente artigo é resultado de uma atividade proposta pela professora da disciplina de Psicologia do Envelhecimento. Tal atividade foi dividida em duas partes para facilitar a produção: no primeiro momento (primeiro bimestre de 2018), foi pedido que os alunos se dividissem em equipes, escolhessem um tema relacionado à disciplina e realizassem um estudo bibliográfico para produzir um resumo estendido; no segundo momento (segundo bimestre de 2018), foi pedido para às mesmas equipes que desenvolvessem os resumos produzidos anteriormente para que estes fossem convertidos em artigos. Para a realização do presente escrito, um estudo bibliográfico de diversos artigos e livros foi realizado afim de se aprofundar no tema e galgar propriedade sobre o assunto. A escassez de literatura relacionada a gerontologia e geriatria no que tange sexualidade é gritante, e entende-se que, tal tema, por

ser de vital importância requer desenvolvimento de pesquisas e produção de referencial bibliográfico para que haja a quebra de preconceitos relacionada a essa esfera da população.

3 DISCUSSÃO

Os estereótipos que perpassam a vida adulta tardia estão fortemente enraizados, tanto nas gerações mais antigas quanto nas gerações contemporâneas; a figura do idoso está fortemente associada a ideia de fragilidade, passividade, bondade e uma pureza muito semelhante ao que é apontado na infância, em que a criança é um ser isento de desejos sexuais e fonte de pureza. Tais estigmas geram preconceitos e pré-conceitos que dificultam a integração do idoso de forma regular na sociedade. O maior problema está no fato de que a perpetuação desses rótulos faz com que os mesmos sejam introjetados pelos idosos.

Esses estereótipos inconscientes sobre envelhecimento, internalizados na juventude e reforçados durante décadas por atitudes da sociedade, podem ter se tornado autoestereótipos, que inconscientemente afetam as expectativas dos idosos em relação ao seu comportamento e que frequentemente atuam como profecias autorrealizáveis (LEVY, 2003 apud PAPALIA; FELDMAN, 2013, p. 572).

É comum entre as pessoas a ideia de que os idosos têm a libido reduzida e que a vida adulta tardia é marcada, também, pelo sessar da vida sexual. A prática sexual dos idosos é reprimida pela sociedade e pressupõe-se que os mesmos não sentem nenhum tipo de desejo sexual. Tal afirmação gera um outro estigma a respeito da vida adulta tardia, este, por sua vez, gera mais preconceitos e conseqüentemente dar-se continuidade a um ciclo que dificulta alguns idosos de viver plenamente, segundo PAPALIA & FELDMAN “A atividade sexual pode ser mais satisfatória para pessoas mais velhas quando elas reconhecem que ela é uma atividade normal e saudável.” (2013).

A percepção que a sociedade tem acerca da prática sexual na terceira idade ainda transcorre nos moldes de que a pessoa quando alcança a fase da velhice deixa de ser sexual, adotando a assexualidade. O significado da sexualidade se reduz, em sua maioria, ao órgão genital e ao coito, reduzindo-o para a atividade sexual (ALENCAR et al., 2013, p. 3533).

É necessário desmistificar a ideia de que a prática da sexualidade se reduz à penetração, ao coito ou depende de terceiros no momento do prazer. Qualquer um, inclusive crianças são dotadas de sexualidade, como já afirmou Freud, e a obtenção de prazer se dá de várias formas (masturbação, toques, gounage, auto erotização e etc.), sem necessariamente precisar de um/uma parceiro (a), tampouco de um objeto externo.

A prática sexual na vida adulta tardia tem suas diferenças em relação à juventude, mas isso não significa que ela seja impossível, ou esteja restrita à juventude. O importante é buscar formas de conciliar a prática sexual às suas condições de realizá-la, e assim manter-se sexualmente ativo, obtendo prazer e satisfação, caso seja da vontade do idoso.

O sexo na vida adulta tardia é diferente do que era antes. Geralmente, os homens levam mais tempo para ter uma ereção e ejacular, podem precisar de estímulo manual e podem vivenciar intervalos mais longos entre as ereções. O intumescimento dos seios nas mulheres e outros sinais de excitação sexual são menos intensos do que antes, e elas podem ter problemas com a lubrificação (PAPALIA; FELDMAN, 2013, p. 585).

Como histórica e culturalmente a prática sexual feminina sempre foi mais reprimida pela sociedade, é comum, entre a espécie humana, a criação de mitos que fazem com que essa repressão se agrave na vida adulta tardia: algumas mulheres acreditam que a menopausa seja a supressão da sexualidade; tal afirmação induz a um mito criado para que a repressão sobre o corpo feminino continue seu fluxo limitante. “Em uma sociedade que valoriza o jovem e o belo, a mulher que envelhece sente medo de tornar-se ridícula e ser rotulada como a “velha assanhada”, optando por uma postura mais discreta.” (SOUZA et al., 2015, p. 938). A menopausa é inegavelmente um acontecimento marcante e ritualístico na vida das mulheres por configurar um período de mudanças significativas de cunho biopsicossocial:

Pode-se afirmar que a chegada dessa fase da vida, ou a passagem pelos 40 anos, é imbuída de significantes biopsicossociais. Isso ocorre porque muitas são as transformações e transições pelas quais a mulher passa nesse período. Dessa forma, é fato que, para o gênero feminino, é impossível pensar questões acerca do envelhecimento sem refletir sobre o corpo. E, nesse aspecto, um acontecimento biológico marcante para a mulher de meia-idade é o termo popularmente conhecido como “menopausa” (FERREIRA et al., 2013, p. 410).

Os aspectos socioculturais reforçam as questões de gênero no envelhecimento, sobretudo das idosas, pois o que se espera da mulher é a fraqueza, a submissão, a dependência e a emoção. Sendo assim, a mulher incorpora essa condição, mantendo a dominação masculina (BOURDIEU, 2005 apud SOUZA et al., 2015, p. 937).

Ao contrário do que se pensa a menopausa não implica o fim da sexualidade e da capacidade de prática sexual. Além disso, os padrões de beleza feminina impostos socialmente fazem com que algumas mulheres se reprimam, sobretudo idosas, afetando sua autoestima e fazendo com que se sintam menos desejadas por não mais se encaixarem nesses padrões sociais de beleza feminina:

No caso da mulher idosa, o contexto da sexualidade marca-se de singularidades. As transformações em seu corpo e as forças opressoras culturais sustentam o argumento da impossibilidade de serem vistas como atraentes e, como consequência disto, questionam sua capacidade de sedução e de vivência plena da sexualidade (SOUZA et al., 2015, p. 937).

As barreiras do preconceito somadas as barreiras do machismo afetam não só o sexo feminino, como também o masculino: a figura do macho reprodutor e responsável pela perpetuação da espécie também é um forte aliado para a repressão sexual masculina na vida adulta tardia, pelo fato de o homem idoso, na maioria das vezes, não se encaixar mais nos padrões de macho reprodutor. As mudanças fisiológicas que acompanham o envelhecimento e tem seu ápice na vida adulta tardia (sobretudo a dificuldade de ereção), geram no homem idoso uma insegurança em relação ao sexo e alguns deles abdicam de usufruir de sua sexualidade em diversos aspectos, já outros recorrem a fármacos que promovam a ereção, podendo tornar-se dependentes destes.

A respeito da sexualidade na velhice, mesmo nos tempos atuais com a revolução da temática e da sua prática, o que ainda vemos são preconceito e resistência. O culto ao corpo jovem, idealizado pela mídia, perpetua a convicção de que a sexualidade esteja ligada à beleza jovial (GOLDENBERG, 2012 apud SOUZA et al., 2015, p. 937).

Nessa perspectiva, surgem estereótipos voltados, principalmente, para a imagem corporal: o corpo que envelhece, portanto, não produz mais interesse, é retratado sem desejo, sem atração física e em um estado de declínio. Assim, as pessoas que envelhecem são, na maioria das vezes, rotuladas de assexuadas ou incapazes de sentirem desejo, tornando evidente que o assunto da sexualidade do idoso está impregnado de rótulos, tabus e preconceitos (COELHO et al., 2010 apud SOUZA et al., 2015, p. 937).

O estereótipo de virilidade masculina traz como comorbidade ideais sobre os homens, estes ideais, por sua vez, criam um outro problema chamado masculinidade tóxica e isso pode trazer problemas não só a geração de homens que hoje são idosos, como também a geração de homens jovens contemporâneos e à posteridade.

Infelizmente os mitos e estigmas acerca da vida adulta tardia ainda tem progresso em sua potencialidade, continua-se ignorando a necessidade de trabalhar a sexualidade e prática sexual dos idosos, e as pessoas, inclusive profissionais da saúde, agem como se esta sexualidade não existisse.

O prolongamento da vida sexual na vida dos idosos, mesmo sendo algo ainda muito censurado, aparentemente tem aumentado. Isso também pode significar que os estigmas sobre o sexo de modo geral estão aos poucos desaparecendo, e esse fato é merecedor de destaque.

Porém, a falta de informação somada a isso pode ser algo catastrófico. Não existe, por parte do estado, uma preocupação em fazer com que as informações sobre saúde sexual cheguem até essa parcela da população:

Diante dos mitos e tabus expostos acerca da sexualidade, ignora-se que idosos ainda possuem interesses sexuais, um exemplo disso é que campanhas de prevenção de doenças sexualmente transmissíveis (DST) são precárias para esse público, assim como educação e promoção em saúde (UCHOA et al., 2016, p. 941).

A educação é forma de galgarmos poder, através da consciência crítica e da reflexão, assumindo um lugar na sociedade como sujeito histórico e social (FREIRE, 2005 apud SOUZA et al., 2015, p. 939).

A falta de campanhas e políticas públicas no que tange a sexualidade de pessoas idosas e o fato desse prolongamento da vida sexual foram fatores que contribuíram para a maior incidência de AIDS e outras DSTs (DORNELAS et al., 2014), problemas que podem vir a afetar toda a população.

A ocorrência de práticas sexuais inseguras contribui para que essa população se torne mais vulnerável às infecções pelo Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV) e outras doenças sexualmente transmissíveis (DST), como a sífilis, clamídia e gonorreia. A Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS), doença causada pelo HIV, tem sido notificada no país desde 1980 e, segundo o Ministério da Saúde, desde então foram notificados, em pessoas com 60 anos ou mais, 18.712 casos de AIDS, com 1620 novos casos em 2011. Desde 1986, com a criação do Programa Nacional de DST/ AIDS, o Brasil tem desenvolvido estratégias para a prevenção, entretanto, muito pouco se fez em se tratando da população de idosos (DORNELAS et al., 2014, p. 3854).

A falta de informação por parte dos idosos colabora ainda para que sua sexualidade continue sofrendo repressão: “Neste estudo, os idosos relataram não saber diferenciar sexo de sexualidade, restringindo ao ato sexual e reprodução.” (UCHOA et al., 2016, p. 945), algumas mulheres viúvas, por exemplo, reprimem sua sexualidade por não terem um parceiro, logo não veem possibilidade de obter satisfação sexual, por terem a falsa ideia de que a prática da sexualidade se resume a penetração e crendo ainda que esta penetração depende de terceiros.

Quando desfrutam de uma vida sem companheiro, seja por viuvez ou por outras causas, as mulheres idosas sentem ainda mais que não há espaço para a vida amorosa, vivenciam apenas um silêncio que nega qualquer apelo. E com esse silêncio, agregam-se problemas como solidão e doenças somáticas (SILVEIRA, 2008 apud SOUZA et al., 2015, p. 938).

Como resultado, a mulher se anula em prol de outras pessoas, na maior parte da vida, e em seu ápice do amadurecimento, quando poderia estar desfrutando de sua liberdade e autonomia, vê-se presa a julgamentos,

estereótipos e preconceitos impostos pela própria família e pela sociedade (SOUZA et al., 2015, p. 938).

O fato de terem que seguir a vida sem o parceiro de longos anos representa uma tragédia para a maior parte delas, que podem viver em estado de luto prolongado, acarretando sentimentos de solidão, amargura e adoecimento (BALDIN; FORTES, 2008 apud SOUZA et al., 2015, p. 940).

Algumas religiões, sobretudo cristãs, promovem uma cultura de censura a pensamentos, atos e quaisquer atitudes que remetam à libido de pessoas idosas, e como grande parte dos idosos seguem alguma religião: “A religião torna-se cada vez mais importante para muitas pessoas à medida que elas envelhecem” (PAPALIA; FELDMAN, 2013, p. 611), adotam essa repressão sexual para si, acreditando que serão taxados e julgados como pecadores ou assanhados, ou mesmo que irão para o inferno.

[...] As mulheres idosas, semelhantemente, que sejam reverentes no seu viver, não caluniadoras, não dadas a muito vinho, mestras do bem, para que ensinem as mulheres novas a amarem aos seus maridos e filhos, a serem moderadas, castas, operosas donas de casa, bondosas, submissas a seus maridos, para que a palavra de Deus não seja blasfemada (A BIBLIA, Tito, 2:2-5, p.).

A religião é forte condicionante da sexualidade. A religião católica articula a sexualidade com normatização e culpa. A consequência desta postura pode ser a repugnância ao prazer sexual, especialmente pelas mulheres (NICOLINO, 2012 apud SOUZA et al., 2015, p. 939).

Além de toda a influência religiosa ainda se conta com uma forte vigília social em relação a qualquer comportamento que saia do padrão esperado a respeito da vida adulta tardia: qualquer deslize ou demonstração de interesse sexual por parte de um idoso configura-se como motivo suficiente para que a sociedade o rotule de forma pejorativa (assanhado, enxerido, safado, etc.).

A idade funcional, que é basicamente a capacidade que uma pessoa tem para desempenhar atividades, comparada a outras pessoas com mesma faixa de idade cronológica (Papalia & Feldman, 2013), aqui é totalmente ignorada e impõem-se ao idoso que ele não é mais apto nem permitido a manter-se sexualmente ativo.

Outro ponto importante também seria o contexto familiar em que o idoso está inserido, a família tem grande relevância no que se refere ao sofrimento psíquico causado pela repressão sexual. Para muitos seria um absurdo descobrir que sua avó, ou até mesmo sua mãe, já idosa, está se relacionando com uma outra pessoa, e não obstante, irá convidá-la a dormir em seus aposentos, onde teriam mais privacidade para possivelmente se relacionarem

sexualmente. Então, diante desse fato nota-se que os preconceitos que ocasionam tais repressões iniciam-se principalmente no leito familiar, em que o idoso é tratado como um ser “sagrado” e isento de desejos sexuais, e com tais imposições o idoso perde a sua própria autonomia, privacidade e a liberdade sobre fazer o que se quer e ser quem realmente é.

Por mais que esse costume tenha diminuído nos últimos anos, ainda é comum que os pais passem a morar com seus filhos ao atingirem a vida adulta tardia. Os filhos atribuem aos seus pais idosos uma mentalidade pueril, tratando-os como se tivessem regressado à infância dessa forma, os filhos acham-se no direito e dever de controlar a vida de seus pais, retirando deles toda a autonomia. Paradoxalmente à ideia de atribuir um sentido infantil à vida adulta tardia existe também a ideia de que os idosos são fonte de sabedoria acumulada, portanto, retirar-lhes a autonomia parece algo sem sentido (a não ser em casos necessários).

Vale ainda ressaltar que o Estatuto do Idoso, sancionado em 2003 declara que:

Art. 2º O idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade (BRASIL, 2003).

Diante disso, fica entendido que privar a pessoa idosa do gozo das possibilidades humanas legais que estão ao seu alcance, configura-se como crime, com pena prevista em lei. “A qualidade de vida engloba o domínio da percepção individual sobre a sexualidade, uma variável complexa por sua multidimensionalidade” (UCHOA et al., 2016, p. 940).

A população idosa tem crescido muito nos últimos anos:

Previsões demográficas apontam que, no ano de 2020, o mundo será habitado por cerca de 1,2 bilhão de idosos. Nesse mesmo período, os brasileiros com mais de 60 anos corresponderão a 34 milhões de pessoas, tornando-se a sexta população mais envelhecida do mundo (MINAYO, 2002, apud TEIXEIRA et al. 2015, p. 504).

Proporcionalmente a esse crescimento significativo, existe um despreparo na sociedade contemporânea para receber essa parcela da população. Existem poucos programas de informação e integração dos idosos ao mundo contemporâneo; analogamente poder-se-ia dizer que a maioria dos idosos, no mundo de hoje, vive como seres de outro planeta, largados em um corpo celeste desconhecido, tendo que se adaptar, sem as mínimas condições e informações garantidas.

Todas as privações e estigmas que os idosos sofrem são a prova do despreparo social para lidar com eles, causado, sobretudo pela vida em uma era capitalista em que só se valoriza aqueles que estão aptos a produzir ou a consumir em longa-escala, diante disso, acontecimentos como a aposentadoria, que é como um rito de passagem da vida adulta para a “velhice”, significa para alguns idosos, o fim da vida útil.

O despreparo da sociedade contemporânea para lidar com os idosos prediz também um problema: não saber lidar com os idosos e estigmatizar a vida adulta tardia pode fazer com que as pessoas que ainda não alcançaram essa fase da vida não saibam lidar com ela ao alcançarem-na. Diante disso, vê-se ainda mais gritante a necessidade de derrubar os mitos que circundam essa fase da vida para que não só os idosos contemporâneos, como também os futuros idosos possam, de forma ainda mais plena, desfrutar de seus cabelos brancos, suas rugas, sua experiência acumulada e de todas as possibilidades humanas que estejam ao seu alcance.

Destarte, diante do contexto apresentado no presente artigo, expõem-se a necessidade de conscientização a respeito da vida adulta tardia; abrir espaço para que os idosos falem por si e exponham as suas vontades já é um progresso para romper com barreiras de rotulação desta parte da população.

[...] O ser humano caminha a passos lentos no que se refere a cultivar vivências que ofereçam base para o envelhecimento saudável, processo comumente associado ao sofrimento psíquico na contemporaneidade (TEIXEIRA et al., 2015, p. 504).

Abordar temas como sexualidade, práticas sexuais e autoestima em ambientes de políticas públicas também colaboraria para que os idosos fossem vistos como sujeitos autônomos e que possuem desejos e vontades próprias; desconstruir padrões de beleza, ainda que seja uma tarefa difícil, é necessária e tal desconstrução poderia trazer benefícios não só para a população idosa, bem como para várias outras esferas populacionais que sofrem com a imposição desses padrões. A imposição de tais padrões também tem causado muitos problemas à humanidade: a midiaticização da beleza faz com que as pessoas sacrifiquem, muitas vezes, seu bem-estar para tentar se encaixar neles.

Uma forte mobilização na área da saúde em prol de campanhas e programas de educação sexual e valorização da vida voltados para idosos poderia desencadear nestes um processo de ressignificação da fase da vida em que se encontram, mostrando-lhes que esta

fase da vida não é uma fase exclusiva para sofrer, se exilar ou refletir sobre a morte, mas sim uma fase como qualquer outra, onde as mudanças são necessárias, as pessoas são calorosas, a dor deve ser sentida e os amores podem ser bem-vindos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

É notável que assuntos sobre sexo e sexualidade são um tabu milenar e é ainda mais estarrecedor perceber que apesar de muitas mudanças e avanços da humanidade na contemporaneidade ainda não foi possível desconstruir por completo muitos dos estigmas em torno da prática da sexualidade. Sabe-se que, esse tema sempre causou bastante polêmica quando levantado em discussão. As dúvidas, medos, mitos e preconceitos surgem quase que instantaneamente como ingredientes fundamentais de um “prato” que não se pode saborear como se deveria, como uma comida de gosto ruim que entala caso se tente comer ou que causa vômitos, caso seja ingerida, e é dessa forma que a prática da sexualidade é vista por muitos, de modo a reprimir os desejos sexuais, a terem repulsa, sufocando-se em seu próprio ser, podendo trazer, conseqüentemente, o sofrimento, o adoecimento mental desses indivíduos.

A repressão sexual exercida pela sociedade sempre atinge as pessoas independente do gênero, orientação sexual ou idade. Porém é importante dar visibilidade ao que mais tentam esconder, como no caso da prática sexual por pessoas idosas, que são sempre associados a seres puros, angelicais e assexuados: Nesse caso há uma regressão à infância, em que se tem a ideia da criança como um ser “sagrado”, mas até essa concepção foi colocada por terra através de Freud, ao elaborar estudos sobre a sexualidade infantil. Desse modo, a sociedade, como de costume, também impõe ideias retrógradas sobre os idosos, numa tentativa desesperada de cessar a sexualidade de tal forma que os próprios chegam a reproduzir as mesmas ideias, de modo que as introjetam para si.

Esses estereótipos inconscientes sobre envelhecimento, internalizados na juventude e reforçados durante décadas por atitudes da sociedade, podem ter se tornado autoestereótipos, que inconscientemente afetam as expectativas dos idosos em relação ao seu comportamento e que frequentemente atuam como profecias autorrealizáveis (LEVY, 2003 apud PAPALIA; FELDMAN, 2013, p. 572).

Descobrir que sua avó de 70 anos está com uma DST, adquirida através do seu esposo da mesma idade que se contaminou ao trair sua esposa com outras parceiras é algo

impactante, mas no primeiro momento o que causa espanto não é eles estarem doentes, mas por descobrirem que o casal de idosos têm uma vida sexual ativa. Diante disso, nota-se que a sexualidade dos idosos é sempre pouco discutida, apesar de que eles representam uma parcela considerável da população.

Desse modo, urge que o estado promova campanhas e projetos que visem abordar esse tema, como prevenção e tratamento de doenças que se pode contrair em relações sexuais. Além da promoção de educação sexual por parte do estado, que é um dos pontos cruciais para a derrubada de estigmas, cabe a todos os cidadãos disseminar informações, proteger e assegurar os direitos das pessoas idosas.

Art. 3º É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária (BRASIL, 2003).

A sexualidade dos idosos apenas será vivida de forma plena e livre quando novas percepções sociais forem inculcadas, garantindo a vivência erótica da sexualidade em qualquer fase da vida. A educação, como forma de libertação, pode modificar essa concepção (COELHO et al., 2010 apud SOUZA et al., 2015, p. 940).

A educação é forma de galgarmos poder, através da consciência crítica e da reflexão, assumindo um lugar na sociedade como sujeito histórico e social (FREIRE, 2005 apud SOUZA et al., 2015, p. 937).

Outro fato que se faz necessário entender é que o ser humano também é um animal, e assim como os outros animais o seu lado sexual é algo inerente a espécie e reprimi-lo pode causar não só sofrimento, mas também patologias de cunho psíquico.

Quando desfrutam de uma vida sem companheiro, seja por viuvez ou por outras causas, as mulheres idosas sentem ainda mais que não há espaço para a vida amorosa, vivenciam apenas um silêncio que nega qualquer apelo. E com esse silêncio, agregam-se problemas como solidão e doenças somáticas (Silveira, 2008 apud SOUZA et al., 2015, p. 938).

Enquanto grande parte da humanidade continuar ignorando o peso de seus aspectos psicológicos problemas catastróficos como graves neuroses continuarão surgindo e afetando a todos, impossibilitando uma vida social plena e satisfatória.

PAPALIA & FELDMAN “A atividade sexual pode ser mais satisfatória para pessoas mais velhas quando elas reconhecem que ela é uma atividade normal e saudável.” (2013). Entender e fazer com que os mesmos entendam que a prática sexual dos idosos também é tão natural quanto a das outras pessoas e não ignorar esse tema já são ações que, a curto prazo, podem fomentar um discurso e um olhar diferentes por parte da sociedade para com os modos de ser e viver da população idosa.

REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO

A BÍBLIA. Tito. Português. **A Bíblia sagrada: antigo e novo testamento**. Tradução de João Ferreira de Almeida. Brasília: Paulus, 1969.

ALENCAR, D. L., MARQUES, A. P. O., LEAL, M. C. C., & VIEIRA, J. C. M. **Fatores que interferem na sexualidade de idosos: uma revisão integrativa**. *Ciência & Saúde Coletiva*, Recife, v.19(8), p.3533-3542, 2014.

BRASIL. **Lei nº 10.741**, de 01 de outubro de 2003. Dispõe sobre os direitos da pessoa idosa. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm> Acesso em: 30 de maio de 2019.

FERREIRA, V. N., CHINELATO, R. S. C., CASTRO, M. R., & FERREIRA, M. E. C. **Menopausa: marco biopsicossocial do envelhecimento feminino**. *Psicologia & Sociedade*, Juiz de Fora, v.25(2), p.410-419.

JADER, D. N., NAKAMURA, A. S., CORTEZ, L. E. R., & YAMAGUCHI, M. U. **Doenças sexualmente transmissíveis em idosos: uma revisão sistemática**. *Ciência & Saúde Coletiva*, Maringá, v.20(12), p.3853-3864, 2015.

PAPALIA & FELDMAN. **Desenvolvimento humano**. 12. Ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

SOUZA, M., MARCON, S. S., BUENO, S. M. V., CARREIRA, L., & BALDISSERA, V. D. **A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto a opinião dos familiares a respeito**. *Saúde Soc. São Paulo*, v.24, n.3, p.936-944, 2015.

TEIXEIRA, S. M. O., MARINHO, F. X. S., CINTRA, D. F. JR., & MARTINS, J. C. O. **Reflexões acerca do estigma do envelhecer na contemporaneidade**. *Estud. interdiscipl. envelhec.*, Porto Alegre, v. 20, n. 2, p.503-515, 2015.

UCHÔA, Y. S., COSTA, D. C. A., SILVA, I. A. P. JR., SILVA, S. T. S. E., FREITAS, W. M. T. M., & SOARES, S. C. S. **A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa**. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, Rio de Janeiro, v.19(6), p.939-94, 2016.